



LE CORDON BLEU

RECETAS CASERAS

• PUDINS •





contenido

4	Rebanadas de brioche y mantequilla al aroma de chocolate y cardamomo		34	Ensopados de dátil a la crema de caramelo
6	Pudín de Navidad al modo tradicional		36	Pudins de verano
8	Cobbler de fruta		38	Pastel de piña y coco
10	Crumble de ruibarbo		40	Pudin del lago de Sussex
12	Tarta de Eva		42	Islas flotantes
14	Pudin de jengibre con compota de naranjitas chinas y jengibre		44	Pastel de plátano y coco con crema de dulce de leche
16	Schmarrn		46	Bizcocho borracho
18	Suspiros de reina		48	Soufflé de chocolate a la crema de menta
20	Soufflés de arroz al aroma de limón y lavanda		50	Mousse de Eton
22	Pudin dalmata		52	Charlota de ciruelas
24	Babas al ron		54	Pudin de naranja al vapor
26	Pudin de grosellas negras		56	Sorpresa de limón
28	Tarta de pera y avellanas		58	Arroz con leche al estilo inglés
30	Capricho de chocolate		60	Soufflés de chocolate sorpresa
32	Ensopado de melaza a la canela		62	Técnicas de chef



para principiantes



para cocineros poco experimentados



para cocineros expertos



Rebanadas de brioche y mantequilla al aroma de chocolate y cardamomo

El cardamomo añadido a esta deliciosa receta le da un toque aromático especial.

Tiempo de preparación 45 min. + 40 min. de reposo

Tiempo de cocción 50 minutos

Para 4—6 personas



440 ml de leche

1 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

5 semillas de cardamomo ligeramente majadas

150 g de brioches cortados en rebanadas de 1 cm de grosor

30 g de mantequilla reblandecida

3 huevos enteros

45 g de azúcar extrafino

100 g de chocolate negro de buena calidad picado fino

azúcar extrafino o glas para decorar

1 Ponga la leche a hervir en un cazo a fuego lento, junto con la vainilla y las semillas de cardamomo. Retire del fuego y deje reposar cerca de 30 minutos para que los sabores se mezclen. Precaliente el horno a 160°C y unte un molde oval o una fuente refractaria de 23 cm de diámetro con un poco de mantequilla derretida.

2 Unte una cara de cada rebanada de brioche con la mantequilla reblandecida. Corte cada rebanada en cuatro triángulos

y recorte la corteza. Disponga los triángulos en el interior de la fuente, ligeramente inclinados y sobrepuestos.

3 Bata los huevos y el azúcar en un cuenco resistente al calor hasta tener una crema espesa y clara. Ponga la leche al fuego y retírela cuando rompa a hervir. Añada el chocolate y remueva hasta obtener una mezcla suave y homogénea. Vierta esta mezcla en el cuenco que contiene la crema de huevo y azúcar; remueva bien. Pase por el cedazo y retire las semillas de cardamomo y la vaina de vainilla.

4 Vierta tres cuartos de la mezcla anterior sobre las rebanadas de brioche y deje reposar 10 minutos para que se empañen bien. Luego vierta el líquido restante. Para lograr una cobertura un poco más crujiente, espolvoree la superficie del pudding con un poco de azúcar extrafino.

5 Coloque la fuente en una bandeja de horno llena de agua hasta la mitad de su capacidad, y hornee entre 40 y 45 minutos, o hasta que la crema haya cuajado.

6 Retire del horno y, si no ha utilizado azúcar extrafino, espolvoree con un poco de azúcar glas. Sirva con una cucharada de crème fraîche.

Nota del chef Otra forma de preparar este pudding es sustituyendo las semillas de cardamomo por un puñado de guindas en almíbar, bien escurridas y repartidas en la base de la fuente o entre las rebanadas de brioche.





Pudin de Navidad al modo tradicional

El más apetitoso y succulento de los pudins apenas necesita presentación. Esta receta tradicional es sencilla y permite preparar el pudin con un año de antelación, si así lo desea. El día de Navidad, bastará con calentarlo durante unas horas.

Tiempo de preparación 45 minutos + una noche en marinada

Tiempo de cocción 10 horas

Para 8 personas



FRUTA MACERADA

250 g de sultanas, 250 g de pasas comunes

y 315 g de pasas de Corinto

60 g de guindas confitadas

60 g de cortezas de fruta confitadas

60 g de dátiles deshuesados y picados

1 1/2 cucharaditas de mezcla de especias

1 cucharadita de canela molida

1 cucharadita de nuez moscada molida

1/4 cucharadita de jengibre molido

la ralladura de 2 naranjas y el zumo de 1 naranja

la ralladura de 1 limón

105 ml de cerveza negra y 125 ml de brandy

PUDÍN

150 g de manzana pelada, descorazonada y rallada

150 g de harina de trigo

105 g de almendra molida

200 g de sebo rallado (vea pág. 63)

150 g de azúcar moreno

200 g de pan rallado

2 huevos batidos

2 cucharadas de melaza

3 cucharadas de brandy

1 Para preparar la fruta macerada, vierta todos los ingredientes en un cuenco grande y mézclelos bien. Cubra el recipiente con film transparente y deje marinar en un lugar fresco durante una noche.

2 Al día siguiente, prepare el pudin, colocando todos los ingredientes en un cuenco grande y formando un hueco en el centro. Añada la fruta macerada, un poco de líquido, y trabaje todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave.

3 Prepare un molde de pudin de 2,5 l, o bien dos moldes de 1,25 l de capacidad, para cocer al baño María (vea Técnicas del chef, pág. 62). Ponga el pudin a cocer al baño María durante 10 horas, siguiendo las instrucciones de las Técnicas del chef de la pág. 62.

4 Deje reposar el pudin durante 15 minutos antes de retirar el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado para desmoldarlo. En el momento de servir, caliente el brandy en un cazo pequeño, viértalo sobre el pudin y flambéelo. Sírvalo acompañado de la tradicional mantequilla al brandy o sencillamente con nata montada.

Nota del chef Para preparar esta receta con antelación, cueza el pudin durante 8 horas y deje enfriar. Retire el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado, y compruebe si la superficie del pudin está seca. Vuelva a cubrir el pudin con nuevos trozos de papel encerado y papel de aluminio, y consérvelo en un lugar fresco. El día elegido para servirlo, ponga el pudin a cocer al baño María durante 2 horas, déjelo reposar durante 15 minutos y sírvalo según el procedimiento indicado.

Cobbler de fruta

La palabra "cobbler" nació en Estados Unidos en el sigloXIX y hace referencia a una compota de fruta cubierta de scones. En esta receta, una capa de scones de avellana y albaricoque reposa sobre una compota de fruta estival.

Tiempo de preparación 1 hora + 20 min. de refrigeración

Tiempo de cocción 40 minutos Para 6 personas



COBERTURA

310 g de harina

2 cucharaditas de levadura en polvo

75 g de mantequilla fría y cortada en dados

45 g de azúcar extrafino

2 huevos batidos

3 cucharadas de leche

100 g de avellanas picadas finas 75 g

de orejones picados finos

COMPOTA DE FRUTA 55 g

de azúcar extrafino 25 g de

mantequilla 2 clavos de olor

1 rama de canela

1/2 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

2 manzanas grandes peladas y descorazonadas

2 peras maduras peladas y descorazonadas

3 albaricoques frescos deshuesados y partidos por la mitad, o bien 6 trozos de albaricoque en conserva

2 melocotones frescos, deshuesados, partidos por la mitad y cortados en ocho trozos, o bien 4 trozos de melocotón en conserva troceados

3 ciruelas frescas, o 3 ciruelas negras en conserva, deshuesadas y partidas por la mitad

la ralladura fina de 1 limón

la ralladura fina de 1/2 naranja

1 pizca de mezcla de especias molidas

1 pizca de canela molida

1 yema de huevo

azúcar glas para decorar

1 Unte con mantequilla derretida una fuente refractaria de 21 cm de diámetro y 4 cm de profundidad.

2 Para preparar la cobertura, tamice la harina y la levadura, añada la mantequilla y trabaje todos los ingredientes con las yemas de los dedos hasta obtener una textura similar a la de las migas de pan. Incorpore el azúcar, forme un hueco en el centro y vierta en él los huevos y la leche. Mezcle los ingredientes con una espátula, añada las avellanas y los orejones, forme una bola de masa y aplástela ligeramente. Envuelva con film transparente y deje reposar en la nevera 20 minutos.

3 Para elaborar la compota de fruta, prepare un caramelo espeso con el azúcar extrafino y 3 cucharadas de agua, según las Técnicas del chef de la pág. 62. Cuando el caramelo esté en su punto, caliéntelo de nuevo a fuego lento y añada la mantequilla, los clavos de olor, la rama de canela, la vainilla y las manzanas, cortadas en ocho trozos. Tape el cazo y cueza 5 minutos. Agregue las peras, cortadas en dados de 2 cm, los albaricoques, los melocotones y las ciruelas; tape y cueza a fuego lento 5 minutos más, removiendo un poco (si usa ciruelas en lata, no las añada hasta el último momento de la cocción, si no se desharán). Retire las especias enteras, incorpore la ralladura de los cítricos y las especias molidas, y vierta la compota en la fuente refractaria.

4 Precaliente el horno a 210°C. En una superficie ligeramente enharinada, extienda la masa de la cobertura hasta lograr un espesor de 1,5 cm. Córta la en círculos con un cortapastas redondo de 6 cm de diámetro. Dispóngalos, ligeramente sobrepuestos, encima de la compota caliente.

5 Bata la yema de huevo con 1 cucharada de agua y úsela para pintar la cobertura, evitando pintar los lados de los círculos, pues de lo contrario la masa no subirá. Hornee durante 15 minutos o hasta que los bollitos hayan subido y tengan un color dorado. Enfríe entre 5 y 10 minutos antes de servir. Espolvoree la cobertura con el azúcar glas tamizado y sirva con nata montada o helado.







Crumble de ruibarbo

Este sencillo postre es una deliciosa forma de aprovechar la fruta de temporada que hemos dejado madurar demasiado. En esta receta, la acidez del ruibarbo casa a la perfección con el suave sabor mantecoso de la cobertura granulada.

Tiempo de preparación 30 minutos

Tiempo de cocción 40 minutos Para 6

personas



2 cucharadas de mermelada de fresa

650 g de ruibarbo cortado en trozos de 2,5 cm

2 cucharadas de azúcar terciado

60 g de harina integral

60 g de harina de trigo

90 g de mantequilla fría y cortada en dados

105 g de azúcar extrafino o terciado

1 cucharada de pipas de calabaza tostadas

1 cucharada de avellanas, tostadas y troceadas

1 Vierta la mermelada de fresa en un cazo ancho y poco profundo con dos cucharadas de agua. Añada el ruibarbo en una sola capa homogénea y las dos cucharadas de azúcar terciado. Cuando rompa a hervir, baje el fuego, tape el cazo con su tapa o un trozo de papel de aluminio y deje cocer a fuego lento cerca de 5 minutos. El grado de acidez del ruibarbo

puede variar bastante, así que pruébelo y añada azúcar si es necesario.

2 Pase el ruibarbo a una fuente refractaria de 1,25 l de capacidad, 20 cm de diámetro y 6 cm de profundidad. Reparta el ruibarbo de forma homogénea en la base de la fuente y vierta por encima el jugo de la cocción hasta anegar la mitad de la capa de ruibarbo. Deje enfriar. Precaliente el horno a 180°C.

3 Tamice la harina de trigo y la integral en un cuenco y vuelva a incorporar los trozos de la harina integral que han quedado retenidos en el cedazo. Incorpore la mantequilla y trabaje la masa con las yemas de los dedos hasta obtener una masa de textura similar a la de las migas de pan. Siga trabajando la mantequilla y la harina hasta que empiecen a formarse pequeños grumos, e incorpore entonces el azúcar, las pipas y las avellanas.

4 Reparta la cobertura granulada sobre la capa de ruibarbo sin alisarla y hornee entre 20 y 30 minutos, o hasta que la cobertura se dore. Espolvoree con azúcar si lo desea, y sirva este postre templado o frío, acompañado con nata montada.



Tarta de Eva

Tal como sugiere su nombre, esta tarta se prepara con manzanas, que adquieren una tentadora textura caramelizada bajo la esponjosa capa de bizcocho y almendras tostadas.

Tiempo de preparación 25 minutos

Tiempo de cocción 45 minutos

Para 6 personas



COMPOTA DE MANZANA

55 g de mantequilla reblandecida

75 g de azúcar extrafino

2 clavos de olor

1/2 cucharadita de canela molida

1 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

**750 g de manzanas Golden peladas, descorazonadas
y cortadas en ocho trozos**

COBERTURA DE ALMENDRAS

120 g de mantequilla a temperatura ambiente

120 g de azúcar extrafino

la ralladura fina de 1 limón

1/2 cucharadita de extracto o esencia de vainilla

3 huevos batidos

25 g de harina de trigo

120 g de almendra molida tamizada

75 g de almendras fileteadas

**2 cucharadas de mermelada de albaricoque
azúcar glas para decorar**

1 Unte con mantequilla derretida una fuente refractaria de 1,5 l de capacidad y 2 cm de profundidad.

2 Para la compota de manzana, mezcle en un cazo la mantequilla y el azúcar, y remueva a fuego lento hasta que la mantequilla se derrita y el azúcar se disuelva. Añada los clavos, la canela y la vainilla, luego la manzana, y mézclelo todo con el azúcar. Tape el cazo y cueza a fuego lento 5 minutos, hasta que la manzana empiece a reblandecerse. Retire las especias sólidas y extienda la mezcla homogéneamente en la fuente. Reserve y enfríe. Precaliente el horno a 180°C.

3 Para la cobertura de almendras, mezcle la mantequilla, el azúcar, la ralladura de limón y la vainilla, y bata la mezcla con una cuchara de madera o la batidora eléctrica hasta obtener una textura cremosa y clara. Añada el huevo batido en seis veces, batiendo bien cada vez. Tamice la harina con una pizca de sal sobre la mezcla, añada la almendra molida espolvoreándola sobre la masa e integre suavemente todos los ingredientes con una espátula. Vierta la masa con una cuchara sobre la compota de manzana, alise la superficie y cubra con las almendras fileteadas. Hornee entre 30 y 35 minutos, o hasta que adquiera consistencia.

4 Caliente la mermelada de albaricoque con 2 cucharaditas de agua. Cuando la mermelada se haya disuelto y empiece a hervir, cuélela y, antes de que se enfríe, úsela para pintar la superficie de la tarta. Deje secar 1 minuto y espolvoree con azúcar glas. Sirva con nata montada.





Pudin de jengibre con compota de naranjitas chinas y jengibre

La compota de naranjitas chinas y jengibre constituye un contrapunto ácido para este reconfortante postre invernal.

Tiempo de preparación 1 ½ horas + 1 noche en reposo

Tiempo de cocción 2 horas y 30 minutos

Para 6 personas



COMPOTA DE NARANJITAS CHINAS Y JENGIBRE

675 g de naranjitas chinas maduras, despepitadas

y cortadas en cuartos

500 g de azúcar extrafino

50 g (peso neto) de jengibre en almíbar troceado

(reserve 120 ml del almíbar)

PUDÍN DE JENGIBRE

125 g (peso neto) de jengibre entero en almíbar

(reserve 1 cucharada de almíbar)

1 cucharada de jarabe de caña

120 g de mantequilla a temperatura ambiente

90 g de azúcar moreno

30 g de melaza

3 huevos batidos

180 g de harina de fuerza

1 cucharadita de jengibre molido

2 cucharadas de leche

1 Para elaborar la compota, vierta la fruta, el azúcar y el jengibre en un cuenco y mezcle todos los ingredientes. Cubra y deje reposar una noche entera para que el azúcar se disuelva en el jugo de la fruta.

2 Vierta la fruta y el zumo almibarado en un cazo grande. Añada el almíbar del jengibre y 500 ml de agua. Ponga a hervir a fuego lento, removiendo sin parar hasta que el azúcar se haya disuelto por completo. Valiéndose de una espumadera, retire la espumilla que se forma en la superficie del almíbar. Avive el fuego y deje hervir sin remover entre 15 y 20 minutos, o hasta que la compota se haya espesado y haya adquirido la consistencia de un jarabe. Retire del fuego y deje enfriar.

3 Para preparar el pudín de jengibre, emplee un molde de 1,25 l de capacidad para hervir al baño María (vea Técnicas del chef, en la pág. 62).

4 Corte 75 g de jengibre en láminas finas y corte la cantidad restante en dados pequeños. Utilice las láminas para componer flores de cinco pétalos en la base y en las paredes del molde, hasta cubrir dos tercios de su profundidad.

5 En un cazo pequeño, caliente el jarabe de caña a fuego lento, hasta que adquiera fluidez, y viértalo lentamente sobre la base del molde, con cuidado para no desmontar las flores de jengibre.

6 Vierta la mantequilla y el azúcar en un cuenco y, con la ayuda de una cuchara de madera o la batidora eléctrica, bata los ingredientes hasta obtener una crema ligera y clara. A continuación, incorpore la melaza y el almíbar del jengibre que había reservado. Añada los huevos batidos en seis veces, batiendo bien después de cada adición. Tamice la harina, el jengibre molido y una pizca de sal sobre la mezcla, y mezcle todos los ingredientes con la ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico. Incorpore la leche removiendo enérgicamente y añada el jengibre cortado en dados pequeños.

7 Vierta la masa en el molde, tápelo y deje cocer al baño María durante 2 horas, según el procedimiento indicado en la pág. 62. Para saber si el bizcocho está hecho, pínchelo con una brocheta. Si sale limpia, significa que está listo. Retire el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado, y desmolde el pudín volcándolo sobre un plato. Sirva con la compota y un poco de nata montada.

Nota del chef Si desea conservar la compota sobrante, conviene esterilizar algunos frascos y sus respectivas tapas. Para ello, lávelos con agua y jabón, enjuáguelos e introdúzcalos en el horno a 120°C durante 20 minutos. Llene los frascos con la compota, ciérrelos, anote la fecha y almacénelos en un lugar fresco. Esta compota es perfecta para acompañar helados.

Schmarrn

El Kaiserschmarrn es un postre de origen austriaco elaborado con crepés fritas que a menudo se sirve acompañado de compota de fruta. Esta adaptación añade a las crepés una jugosa mermelada de ciruelas y una suave crema de vainilla.

Tiempo de preparación 1 hora + 30 minutos de refrigeración + 15 minutos para que se enfríe

Tiempo de cocción 1 hora y 45 minutos

Para 6 personas



CREPÉS

75 g de harina de trigo

1 cucharada de azúcar extrafino

1 huevo entero

1/4 cucharadita de extracto o esencia de vainilla

200 ml de leche

mantequilla clarificada o aceite para freír

3 cucharadas de mermelada de albaricoque

30 g de almendras tostadas y fileteadas

azúcar glas para decorar

MERMELADA DE CIRUELAS

345 g de ciruelas rojas deshuesadas y troceadas,

o bien 825 g de ciruelas en lata escurridas, deshuesadas y troceadas

45-90 g de azúcar extrafino

1 rama de canela

1/2 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

CREMA DE VAINILLA

185 ml de leche

185 ml de nata líquida

1 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

3 huevos enteros

1 yema de huevo

75 g de azúcar extrafino

1 Para elaborar las crepés, tamice la harina en un cuenco con el azúcar y un pellizco de sal. Abra un hueco en el centro, añada el huevo y la vainilla, y vaya trabajando la masa.

Agregue la leche poco a poco, hasta obtener una masa suave y sin grumos. Tape la masa y póngala a enfriar en la nevera durante 30 minutos.

2 Prepare las crepés según el procedimiento indicado en la pág. 63, colóquelas sobre un trozo de papel absorbente y cúbralas con un paño.

3 Para elaborar la mermelada de ciruelas, mezcle en un cazo las ciruelas, el azúcar (si la fruta está muy madura, necesitará menos azúcar), una rama de canela y vainilla. Tape el cazo y deje hervir a fuego lento durante 15 minutos, o hasta lograr una textura suave y muy espesa. Si la fruta ha soltado demasiado zumo, destape el cazo y deje reducir hasta que las ciruelas adquieran una consistencia pegajosa, similar a la de la mermelada. Aparte del fuego, deje enfriar 15 minutos y retire las especias sólidas.

4 Extienda la mermelada sobre las crepés. Enróllelas bien para formar cilindros similares a puros y córtelas en rollitos de 1 cm. Unte con mantequilla una fuente refractaria poco profunda, de 1 litro de capacidad, y disponga los rollitos en su interior, en sentido vertical. Precaliente el horno a 180°.

5 Para preparar la crema de vainilla, mezcle la leche, la nata y la vainilla en un cazo y caliente a fuego lento. Cuando rompa a hervir, retire del fuego. Mezcle en un cuenco los huevos, la yema sola y el azúcar, y bata con una cuchara de madera o la batidora eléctrica hasta obtener una crema clara y espesa. Vierta la leche caliente sobre la crema y mezcle bien. Retire la vaina de vainilla y cuele.

6 Vierta la crema de vainilla sobre las crepés y coloque la fuente en una bandeja de horno. Llene ésta con agua hasta la mitad y hornee durante 40 minutos, o hasta que la superficie se vuelva consistente.

7 En un cazo pequeño, caliente la mermelada de albaricoque con 1 cucharada de agua. Cuando la mermelada se haya disuelto y empiece a hervir, cuélela y pásela a un cuenco pequeño. Mientras esté caliente, empléela para pintar la superficie del postre. Deje enfriar y decore con almendras y azúcar glas. Sirva con nata montada.







Suspiros de reina

Este gran clásico de la repostería inglesa data del siglo XIX y consiste en varios pisos de suave crema de fruta, bayas rojas y mermelada sobre los que descansa una corona de crujiente merengue.

Tiempo de preparación 25 minutos

Tiempo de cocción 35 minutos

Para 6 personas



PURÉ DE FRUTA

400 g de frambuesas o fresas

zumو de limón al gusto

azúcar glas al gusto

85 g de mantequilla

150 g de pan rallado

160 g de azúcar extrafino

la ralladura fina de 1 limón

6 yemas de huevo

95 g de frambuesas frescas

95 g de fresas frescas cortadas en cuartos

95 g de arándanos frescos

95 g de mermelada de frambuesa

4 claras de huevo

azúcar glas para decorar

1 Precaliente el horno a 180°C. Unte con mantequilla derretida una fuente refractaria ovalada de 25 x 18 cm.

2 Para elaborar el puré de fruta, triture las frambuesas o las fresas en el robot de cocina. Añada zumo de limón y azúcar

glas en la cantidad deseada, según el punto de maduración de la fruta, y cuele el puré.

3 En un cazo pequeño, caliente la mantequilla y retírela del fuego en cuanto se haya derretido. Mezcle en un cuenco el pan rallado, 2 cucharadas de azúcar extrafino y la ralladura de limón. Haga un hueco en el centro y vierta el puré de fruta, la mantequilla derretida y las yemas de huevo. Bata hasta obtener una crema suave.

4 Disponga las frambuesas, los arándanos y las fresas en la fuente elegida y vierta la crema anterior sobre las bayas. Hornee 25 minutos o hasta que haya cuajado. Retire del horno y deje enfriar un poco. Suba la temperatura a 200°C.

5 En un cuenco pequeño, bata la mermelada de frambuesa con una cuchara de madera hasta lograr una textura más suave y untuosa y, a continuación, extiéndala sobre la crema que cubre las bayas.

6 Vierta las claras de huevo en un cuenco limpio y seco. Bata con la varilla o con la batidora eléctrica hasta que empiecen a adquirir consistencia. Añada poco a poco el azúcar extrafino restante y siga batiendo hasta alcanzar el punto de nieve. Valiéndose de una cuchara, introduzca las claras en una manga pastelera con boquilla en forma de estrella.

7 Forme pequeños suspiros de merengue alrededor de la fuente, espolvoree con azúcar glas tamizado y lleve al horno entre 3 y 5 minutos, o hasta que el merengue esté dorado y crujiente. Sirva templado o frío, con nata montada.

Soufflés de arroz al aroma de limón y lavanda

Estos ligeros soufflés dulces combinan la frescura del limón con el suave aroma de la lavanda.

Tiempo de preparación 15 minutos

Tiempo de cocción 1 hora y 15 minutos

Para 6-8 personas



75 g de arroz de grano largo

750 ml de leche

la ralladura fina de 1 limón

1/2 cucharadita de lavanda seca picada fina

1/2 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

1 clara de huevo

45 g de azúcar extrafino

- 1 Ponga el arroz en un colador, enjuagúelo bajo el grifo hasta que pierda todo el almidón y escúrralo.
- 2 Vierta la leche en un cazo de fondo grueso y añada la ralladura de limón, la lavanda, la vainilla y el arroz. Hierva a fuego lento y luego cueza durante 40 minutos, removiendo a menudo. Cuando, al pasar una cuchara por el fondo del cazo, ésta forme una estela a su paso, la crema habrá alcanzado el punto deseado. Retire del fuego y enfríe.
- 3 Precaliente el horno a 180°C. Unte con mantequilla derretida ocho moldes individuales (de 8 x 4 cm) o bien una fuente refractaria ovalada (de 24 x 4 cm).
- 4 Bata la clara de huevo con la varilla o la batidora eléctrica hasta que adquiera consistencia. Añada la mitad del azúcar y bata a punto de nieve. Espolvoree el azúcar restante y, con una espátula de plástico o un cucharón de metal, amalgame el azúcar y las claras para obtener un merengue. Compruebe si el arroz conserva una textura cremosa (si es necesario, añada una cucharada de leche fría), retire la vaina de vainilla e incorpore al merengue.
- 5 Vacíe la crema en los moldes llenando tres cuartos de su capacidad, dispóngalos en una bandeja de horno y hornee entre 20 y 25 minutos, o hasta que hayan subido y tengan un tono dorado. Sirva con bayas y nata montada.









Pudin dálmata

El éxito de este tradicional postre británico se debe a la siempre acertada combinación de brandy y pasas, complementada en este caso por la suave fragancia del limón.

Tiempo de preparación 15 minutos + 1 hora en remojo

Tiempo de cocción 2 horas

Para 6—8 personas



105 g de pasas de Corinto

135 g de uvas pasas comunes

2 cucharadas de brandy

240 g de harina de fuerza

120 g de sebo rallado (vea pág. 63)

la ralladura de 1 limón

1 pizca de nuez moscada rallada

45 g de azúcar extrafino

150 ml de leche

1 Mezcle en un cuenco las pasas de Corinto, las uvas pasas y el brandy, cúbralo con film transparente y deje en remojo durante 1 hora o toda una noche.

2 Tamice la harina con una pizca de sal en un cuenco e incorpore el sebo, la ralladura de limón, la nuez moscada y el

azúcar. Añada las pasas emborrachadas y el brandy, luego la leche, y mézclelo todo con ayuda de una cuchara de madera hasta obtener una masa firme.

3 Trabaje la masa sobre un trozo de papel encerado hasta obtener un cilindro de 20 cm de largo. Envuelva este rollo en el papel encerado y doble los extremos, tomando la precaución de dejarlo un poco holgado, ya que crecerá durante la cocción.

4 Envuelva el rollo en un paño de cocina, colóquelo sobre una vaporera de bambú o metal, tape y ponga a cocer al vapor durante 2 horas. Para evitar que el agua de la cocción se evapore del todo, deberá ir añadiendo más, siempre hirviendo. Una vez haya finalizado la cocción, desenvuelva el pudin, córtelo en rodajas y sírvalo acompañado de crema de vainilla.

Nota del chef Si su vaporera no tiene capacidad para un cilindro de 20 cm, hágalo más corto y grueso, aunque en tal caso deberá prolongar la cocción entre 15 y 20 minutos más.

Babas al ron

Estos esponjosos bizcochuelos ensopados en un almíbar al ron se sirven acompañados de chantillí aromatizado con vainilla y bayas frescas.

Tiempo de preparación 1 hora + 1 hora en reposo

Tiempo de cocción 30 minutos Para 8 personas



MASA DE LOS BIZCOCHUELOS

250 g de harina de trigo

1 cucharadita de sal

1 cucharadita de azúcar extrafino

15 g de levadura de panadero o 7 g de levadura en polvo

80 ml de leche

3 huevos batidos

60 g de uvas pasas ensopadas en 1 cucharada de ron

45 g de mantequilla derretida templada

ALMÍBAR

500 ml de agua

200 g de azúcar extrafino

la corteza de 1 limón

1 semilla de cardamomo

2 hojas de laurel

1/2 naranja troceada

2 cucharadas de ron negro

CHANTILLÍ

315 g de nata para montar

30 g de azúcar glas

1/2 cucharadita de extracto o esencia de vainilla

3 cucharadas de mermelada de albaricoque

bayas frescas, como fresas o frambuesas, para decorar

1 Unte con mantequilla derretida y enharine ocho flaneras individuales, o bien un molde redondo de 1 litro de capacidad.

2 Para elaborar la masa, tamice la harina en un cuenco grande, junto con la sal y el azúcar, y forme un hueco en el centro. Deposite la levadura en un cuenco. Ponga la leche a calentar en un cazo pequeño y, cuando esté templada, viértala sobre la levadura. Remueva para disolver, incorpore 1 cucharada de harina y reserve hasta que adquiera una consistencia espumosa. Añada esta mezcla a los huevos batidos y viértala en el interior del volcán de harina. Trabaje la masa según el procedimiento indicado en la pág. 63. Precaliente el horno a 210°C.

3 Hornee los bizcochuelos durante 12 minutos (25 minutos en el caso de un solo bizcocho) o hasta que presenten un tono dorado. Desmolde los bizcochuelos y póngalos a enfriar sobre una rejilla. Pínchelos por toda la superficie con una aguja o un palillo.

4 Para preparar el almíbar, precaliente un cazo con todos los ingredientes excepto el ron, removiendo constantemente para disolver el azúcar. Deje hervir 15 minutos o hasta que el almíbar adquiera la consistencia de un jarabe fluido. Aparte del fuego y deje reposar 5 minutos para que los sabores se mezclen. Cuele el almíbar, retire las especias y vuelva a calentarlo. Retire del fuego e incorpore el ron. Vierta el almíbar caliente en una fuente poco profunda y ensope los bizcochuelos. Dispóngalos sobre una rejilla para escurrir el exceso de almíbar y deje enfriar por completo.

5 Para elaborar el chantillí, vierta la nata en un cuenco y añada el azúcar glas y la vainilla. Monte la nata con la ayuda de la varilla o de la batidora eléctrica.

6 En un cazo pequeño, caliente la mermelada de albaricoque con 1 cucharada de agua. Cuando la mermelada se haya disuelto y empiece a hervir, cuélela y pásela a un cuenco pequeño. Empléela para pintar los bizcochuelos mientras sigue caliente, y luego deje enfriar.

7 Sirva los bizcochuelos borrachos con el chantillí y las bayas frescas. Si ha preparado un bizcocho grande, podrá rellenarlo con el chantillí y la fruta.







Pudin de grosellas negras

Este pudin de sabor ácido y a la vez afrutado puede prepararse con grosellas frescas o congeladas.

Tiempo de preparación 35 minutos

Tiempo de cocción 2 horas

Para 6 personas



180 g de mantequilla a temperatura ambiente

180 g de azúcar extrafino

la ralladura de 1 limón

3 huevos batidos

180 g de harina de fuerza

3 cucharadas de leche

4 cucharadas de mermelada de grosella negra batida

50 g de grosellas descongeladas o frescas

5 Prepare un molde de 1,25 l para cocer al baño María (vea Técnicas del chef, en la pág. 62).

6 Mezcle la mantequilla y el azúcar en un cuenco y, con una cuchara de madera o la batidora eléctrica, bata hasta obtener una masa cremosa y clara. Añada la ralladura de limón y luego el huevo batido, en seis veces, batiendo bien después de cada adición. Tamice la harina con una pizca de sal sobre la mezcla anterior. Amalgame todos los ingredientes con la ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico y añada la leche removiendo enérgicamente.

7 Unte el fondo del molde con una cucharada de mermelada y reparta las grosellas por encima. Extienda un cuarto de la masa de bizcocho sobre las bayas, y cubra esta capa con otra cucharada de mermelada. Siga formando capas y termine con la porción final de la masa de bizcocho. Tape el molde y ponga a cocer al baño María durante 2 horas, según el procedimiento indicado en la pág. 62. Para saber si el pudin está listo, pínchelo con una brocheta. Si sale limpia, significa que ya está hecho.

8 Deje reposar el pudin durante 15 minutos antes de retirar el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado para desmoldarlo.

Tarta de pera y avellanas

Este postre es una forma inmejorable de aprovechar las peras muy maduras, y debe su popularidad al delicioso contraste del relleno -un suave puré templado de peras y canela- y la crujiente masa recubierta de avellanas.

Tiempo de preparación 30 minutos

Tiempo de cocción 1 hora y 45 minutos

Para 4-6 personas



RELLENO DE PERA

60 g de mantequilla

125 g de azúcar terciado

la ralladura fina de 1 naranja

la ralladura fina de 1 limón

1/2 cucharadita de canela

6 peras maduras (1 kg aprox.), peladas, descorazonadas y cortadas en dados de 1 cm

MASA DE LA TARTA

75 g de mantequilla

60 g de azúcar extrafino

2 cucharadas de jarabe de caña

155 g de copos de avena

90 g de avellanas peladas, tostadas y troceadas

125 g de harina de fuerza

1 huevo batido

1 cucharada de azúcar extrafino

1/2 cucharadita de canela

molida

1 Para el relleno de pera, mezcle en un cazo la mantequilla, el azúcar terciado, la ralladura de los cítricos y la canela, y póngalo a calentar a fuego lento durante cerca de 5 minutos, removiendo para disolver el azúcar. Avive un poco el fuego y deje cocer durante 5 minutos más, o hasta que la mezcla

empiece a burbujear y adquiera un tono dorado. Añada los trozos de pera y deje hervir a fuego lento entre 8 y 10 minutos, o hasta que pueda clavar en ellos la punta de un cuchillo afilado sin dificultad. Aparte el cazo del fuego y deje que las peras se enfríen en su interior.

2 Para elaborar la masa de la cobertura, mezcle en un cazo la mantequilla, el azúcar, el jarabe de caña y dos cucharadas de agua. Caliente a fuego lento, removiendo siempre hasta obtener una crema suave. Lleve a ebullición, retire del fuego e incorpore los copos de avena, las avellanas, la harina y el huevo.

3 Vierta un tercio de la masa sobre la base de una fuente resistente al fuego redonda de 16 cm de diámetro por 6 de profundidad. Utilice el dorso de la cuchara para alisar y presionar la masa contra la base y extenderla hacia los bordes hasta obtener un grosor de 1 cm. Valiéndose de la espumadera, retire los trozos de pera del cazo, viértalos sobre la fuente y rieguélos con 4 cucharadas del almíbar en el que hirvió las peras. Extienda la masa restante por encima de las peras hasta formar una cobertura homogénea y alísela con el dorso de la cuchara. Tape la fuente con papel de aluminio y sujételo atando un cordel alrededor de la fuente.

4 Coloque un plato de postre, o bien una trébede (trípode resistente al calor) en una olla grande. Ponga la fuente encima y vierta agua hirviendo para sumergir la fuente hasta la mitad de su altura. Lleve a ebullición, tape y deje cocer al baño María durante 1 hora y 20 minutos, o hasta que la cobertura se muestre firme al tacto. Si fuera necesario, añada más agua hirviendo a la olla.

5 Retire la fuente de la olla y séquela con un paño. Mezcle el azúcar con la canela y espolvoree la tarta. Sirva acompañada de helado o crema inglesa (vea pág. 43).







Capricho de chocolate

Esta receta hará las delicias de los más chocolateros: es una tarta de chocolate con pepitas de chocolate acompañada de salsa... ¡de chocolate! Quienes lo prefieran, pueden sustituir esta última por nata montada o crema inglesa.

Tiempo de preparación 45 minutos

Tiempo de cocción 2 horas y 15 minutos

Para 6 personas



120 g de mantequilla a temperatura ambiente

120 g de azúcar moreno

1 cucharadita de extracto o esencia de vainilla

4 huevos batidos

120 g de harina de fuerza

30 g de cacao en polvo

1 cucharada de leche

30 g de pepitas de chocolate negro

50 g de pepitas de chocolate blanco

SALSA DE CHOCOLATE

225 g de azúcar extrafino

100 g de chocolate negro de buena calidad picado

2 cucharadas de cacao en polvo tamizado

1 Prepare un molde de baño María de 1,25 l de capacidad (vea Técnicas del chef, pág. 62).

2 Mezcle en un cuenco la mantequilla y el azúcar. Valiéndose de una cuchara de madera o la batidora eléctrica, bata ambos ingredientes hasta obtener una masa cremosa y clara. Añada la vainilla y luego los huevos batidos poco a poco,

removiendo bien después de cada adición. Tamice la harina, el cacao en polvo y una pizca de sal sobre la mezcla anterior y mezcle bien todos los ingredientes con la ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico. Incorpore la leche removiendo enérgicamente y añada las pepitas de chocolate blanco y negro.

3 Vierta la masa en el molde, tápelo y ponga a cocer al baño María durante 2 horas, según el procedimiento indicado en la pág. 62. Para saber si el pastel está listo, pínchelo con una brocheta. Si sale limpia, puede detener la cocción.

4 Para elaborar la salsa de chocolate, vierta 300 ml de agua en un cazo con el azúcar y el chocolate. Hierva a fuego lento, removiendo constantemente para disolver el azúcar, y aparte del fuego. Mezcle el cacao con 30 ml de agua hasta obtener una crema suave. Añada al cazo, remueva y caliente otra vez a fuego medio. Lleve a ebullición, removiendo enérgicamente, y deje cocer 5 minutos sin que vuelva a hervir. Pase por el cedazo y deje enfriar un poco. La salsa de chocolate puede servirse fría o caliente.

5 Retire el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado. Deje enfriar el pastel entre 5 y 10 minutos antes de desmoldarlo. Sirva acompañado con la salsa de chocolate.

Nota del chef Si desea potenciar aún más el sabor del chocolate, sustituya los tropezones de chocolate blanco por chocolate negro.



Ensopado de melaza a la canela

Este delicioso postre familiar enriquecido con jarabe de caña se sirve acompañado de una deliciosa melaza aromatizada con canela que sirve para regar el bizcocho justo antes de servirlo.

Tiempo de preparación 35 minutos

Tiempo de cocción 2 horas

Para 6 personas



240 g de mantequilla a temperatura ambiente

240 g de azúcar extrafino

4 huevos batidos

**1/2 cucharadita de extracto o esencia
de vainilla**

la ralladura fina de 2 limones

240 g de harina de fuerza

120 g de jarabe de caña

SALSA DE MELAZA

1 rama de canela

1/4 de vaina de vainilla

150 g de jarabe de caña

la ralladura y el zumo de 1 limón

1 Prepare un molde para la cocción al baño María (vea Técnicas del chef, en la pág. 62).

2 Mezcle en un cuenco la mantequilla y el azúcar. Valiéndose de una cuchara de madera o la batidora eléctrica, bata ambos ingredientes hasta obtener una masa cremosa y clara. Añada el huevo batido poco a poco, batiendo bien después de cada adición. Mezcle el limón y la vainilla. Tamice la harina sobre la mezcla anterior y amalgame todos los ingredientes con un cucharón de metal o una espátula de plástico.

3 Vierta el jarabe de caña en el fondo del molde y extienda la masa por encima. Tape y ponga a cocer al baño María durante 1 hora y 40 minutos, según el procedimiento indicado en la pág. 62. Para saber si el bizcocho está hecho, pínchelo con una brocheta. Si sale limpia, estará listo (aunque puede quedar un poco pegajosa debido al jarabe de caña).

4 Para elaborar la salsa de melaza, mezcle en un cazo la canela, la vainilla, el jarabe de caña, el zumo y la ralladura de limón, y 300 ml de agua. Lleve a ebullición y deje hervir a fuego lento durante cerca de 15 minutos hasta que se haya reducido un tercio de su volumen original. Retire y deseche la canela y la vainilla.

5 Deje reposar el bizcocho durante 10 minutos antes de retirar el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado. Sirva acompañado con la salsa de melaza.





Ensopados de dátil a la crema de caramelo

El fruto de la palmera impregna estos bizcochuelos ensopados con su delicioso e inconfundible sabor, mientras que la crema de caramelo los convierte en una irresistible tentación.

Tiempo de preparación 40 min. + 1 hora en maceración

Tiempo de cocción 40 minutos Para 10 personas



200 g de dátiles deshuesados y picados

45 g de uvas pasas

la ralladura de medio limón

1 cucharadita de bicarbonato sódico

2 cucharadas de esencia de café, o bien 1 cucharada de café soluble disuelto en 2 cucharadas de agua hirviendo

115 g de mantequilla a temperatura ambiente

180 g de azúcar moreno

4 huevos batidos

240 g de harina de fuerza

SALSA DE CARAMELO

1 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

60 g de mantequilla

150 g de azúcar terciado

150 ml de nata para montar

1 Unte con mantequilla derretida diez flaneras individuales de 175 ml y póngalas a helar antes de volver a untarlas. Enharínelas y sacuda la harina sobrante. Precaliente el horno a 180°C.

2 Mezcle en un cuenco los dátiles, las pasas y la ralladura de limón. Esparza por encima de esta mezcla el bicarbonato sódico y la esencia de café, añada 300 ml de agua hirviendo, tape el cuenco y deje macerar durante una hora.

3 Mezcle la mantequilla y el azúcar en un cuenco y, con la ayuda de una cuchara de madera o la batidora eléctrica, bata ambos ingredientes hasta obtener una masa cremosa y clara. Añada los huevos batidos poco a poco, removiendo bien después de cada adición. Tamice la harina y una pizca de sal sobre la masa y amalgame todos los ingredientes con la ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico. Agregue los dátiles y las pasas, junto con el líquido de la maceración, y remueva suavemente hasta obtener una masa fluida.

4 Vierta la masa en las flaneras hasta llenar tres cuartos de su capacidad. Forme un pequeño hueco en el centro de la masa y lleve al horno entre 20 y 30 minutos, o hasta que se presente firme al tacto.

5 Para preparar la salsa de caramelo, raspe las semillas de vainilla, viértalas en un cazo y ponga al fuego junto con la vaina, la mantequilla, el azúcar y la nata. Remueva durante cerca de 3 minutos para disolver el azúcar, y luego deje hervir a fuego lento, sin remover, hasta que la crema adquiera un tono dorado. Aparte del fuego y deseche la vaina de vainilla. Reserve la crema y manténgala caliente.

6 Una vez que estén hechos, deje reposar los bizcochuelos durante 10 minutos antes de desmoldarlos. Sírvalos templados, con la crema de caramelo y un poco de nata montada.

Nota del chef Si 10 bizcochuelos le parecen demasiados, puede optar por utilizar sólo la mitad de las cantidades indicadas, o bien congelar los bizcochuelos que sobren. El día en que desee comerlos, sólo tendrá que descongelarlos, envolverlos en papel de aluminio y hornearlos a 180°C durante cerca de 20 minutos.



Pudins de verano

Estos hermosos pudins, perfectos para agasajar a cualquier invitado, deben prepararse con un día de antelación, para que el pan se impregne bien de los jugos de la fruta y de su característico color rosado.

Tiempo de preparación 30 min. + 1 noche de refrigeración

Tiempo de cocción 5 minutos Para 6 personas



18 rebanadas finas de pan blanco del día anterior

**1 kg de bayas (moras, frambuesas, fresas, grosellas)
frescas o congeladas**

**90 g de azúcar extrafino (la cantidad puede variar
en función de la dulzura de la fruta)**

1 Retire y deseche la corteza de las rebanadas de pan. Reserve dos o tres rebanadas para la cobertura y corte en círculos y tiras las rebanadas restantes para forrar la base y los lados de seis flaneras individuales de 155 ml de capacidad, o bien un molde de 1 l de capacidad. Asegúrese de que las flaneras o el molde quedan completamente forrados, sin huecos visibles entre los trozos de pan.

2 Corte las fresas por la mitad, o en cuartos si se trata de fresones. Vierta toda la fruta en un cazo grande, junto con 2 cucharadas de agua y azúcar al gusto. Tape el cazo y deje

hervir a fuego lento durante cerca de 5 minutos, o hasta que la fruta libere su jugo y se vuelva tierna sin llegar a deshacerse.

3 Vierta la compota de bayas en el interior de las flaneras forradas y llénelas casi hasta el borde. Reserve la cantidad sobrante. Corte las rebanadas de pan que reservó anteriormente, de tal forma que llenen perfectamente el diámetro de las flaneras, y colóquelas sobre la compota. Coloque las flaneras en una bandeja para que retenga el exceso de líquido y cubra con un plato y un peso de cerca de 1 kg, si es que utiliza un molde grande, o pesos más ligeros si ha optado por las flaneras individuales (las latas de comestibles pueden cumplir esta función). Guarde en el frigorífico durante toda una noche.

4 Antes de servir, retire los pesos y desmolde los pudins con cuidado. Sirva los pudins fríos, acompañados de helado, sorbete, nata o crema y un puñado de bayas rociadas con su propio jugo.

Nota del chef Para obtener un color más intenso y una textura más consistente, utilice menos fresas y más bayas de color oscuro.







Pastel de piña y coco

He aquí una deliciosa variación del tradicional pastel de piña. La cobertura caramelizada se logra en este caso gracias a la combinación del azúcar, la mantequilla y el jugo de la fruta.

Tiempo de preparación 30 minutos

Tiempo de cocción 1 hora y 5 minutos

Para 6 personas



100 g de azúcar extrafino

55 g de mantequilla

5-7 rodajas de piña en almíbar bien escurridas

7 guindas confitadas cortadas en dos

PASTEL DE COCO

150 g de mantequilla a temperatura ambiente

150 g de azúcar extrafino

4 huevos

la ralladura fina de 1 limón

180 g de harina de trigo

1/2 cucharadita de levadura en polvo

60 ml de crema de coco en lata

95 g de coco rallado

1 Coloque un molde redondo de 20 cm de diámetro y 4 cm de profundidad sobre un trozo de papel encerado, trace su contorno con un lápiz y recorte el círculo resultante. Unte la parte interna del molde con la mantequilla y forre el fondo con el círculo de papel encerado. Precaliente el horno a 180°C.

2 Prepare un almíbar con el azúcar y 3 cucharadas de agua, según las instrucciones indicadas en Técnicas del chef, pág. 62. Una vez alcanzado el punto de caramelo, añada la mantequilla. Vuelva a calentar el almíbar y, cuando recupere la fluidez, viértalo en el molde engrasado. Reserve y deje enfriar. Disponga las rodajas de piña sobre el almíbar, recortándolas si fuera necesario para que se adapten bien a la forma del molde. Decore el interior de las rodajas con media guinda confitada.

3 Para elaborar el pastel de coco, mezcle la mantequilla y el azúcar en un cuenco y, valiéndose de una cuchara de madera o una batidora eléctrica, bata ambos ingredientes hasta obtener una masa cremosa y clara. Añada el huevo batido poco a poco, removiendo bien después de cada adición. A continuación, añada la ralladura de limón y tamice la harina y la levadura en polvo sobre esta masa. Incorpore la crema de coco y el coco rallado, y bata hasta obtener una masa suave. Viértala de inmediato sobre la piña y forme una suave concavidad en el centro con el dorso de una cuchara humedecida.

4 Hornee durante 1 hora, o hasta que presente un tono dorado. Para saber si el pastel está hecho, pínchelo con una brocheta. Si sale limpia, significa que está listo. Deje reposar durante 5 minutos antes de desmoldar. Sirva este pastel con nata montada o crema inglesa (vea pág. 43).

Pudin del lago de Sussex

En el interior de una ligera costra de pasta se oculta un limón entero envuelto en mantequilla que, al cortar el pudin, fluye hacia fuera como si de un delicioso lago de salsa afrutada se tratara.

Tiempo de preparación 30 min. + 20 min. en reposo

Tiempo de cocción 3 horas

Para 4-6 personas



RELLENO

240 g de mantequilla reblandecida

120 g de azúcar moreno

120 g de azúcar terciado

1 limón de corteza fina lavado

MASA DE SEBO

180 g de harina de fuerza

la ralladura de 1 limón

75 g de sebo rallado (vea pág. 63)

70 ml de leche

1 Prepare un molde de 11 para la cocción al baño María (vea Técnicas del chef, en la pág. 62).

2 Para preparar el relleno, mezcle en un cuenco la mantequilla y el azúcar, terciado y moreno. Valiéndose de una cuchara de madera o la batidora eléctrica, bata los ingredientes hasta obtener una masa cremosa y clara. Pinche el limón repetidamente con una brocheta gruesa.

3 Para elaborar la masa de sebo del pudin, tamice la harina en un cuenco y añada una pizca de sal. Incorpore la ralladura de limón y el sebo rallado. Forme un hueco en el centro de la harina y vierta en su interior la leche y 60 ml de agua. Con un cuchillo de punta roma, mezcle la harina y el líquido hasta obtener una masa suave. Enharine ligeramente una superficie limpia y trabaje la masa 5 segundos, hasta que presente una consistencia suave. Corte y reserve un cuarto de la masa para la cobertura.

4 Extienda los tres cuartos sobrantes de masa y forme con ellos un círculo lo bastante grande como para forrar el interior del molde elegido. Ponga la masa en el interior del molde y adáptela a su contorno, procurando que no se formen

arrugas y dejando que sobresalga un poco de masa por los bordes.

5 Inmediatamente después, vierta un tercio del relleno en el molde forrado y coloque el limón en el centro. Distribuya el relleno alrededor del limón, apelmazándolo un poco para que sostenga el cítrico, y doble los bordes de pasta por encima del relleno. Estire el cuarto de masa restante hasta obtener un círculo con el diámetro superior del molde, humedezca los bordes y extiéndala sobre el relleno para formar la cobertura. Tape y cueza al baño María 3 horas, según el procedimiento indicado en la pág. 62.

6 Deje reposar el pudin durante 20 minutos antes de retirar el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado. Desmolde el pudin volcándolo sobre una fuente de servir un poco honda, para que retenga el "lago" de salsa que fluirá al cortarlo.

7 Para servir, corte una porción del pudin, deposítela en el plato y vierta un poco de salsa encima. Retire el limón del centro del pudin con cuidado y córtelo en cuatro o seis trozos. Sirva cada porción con un trozo de limón y acompañe con sorbete o helado de limón, o bien nata.

Notas del chef Durante el tiempo de reposo, la corteza de masa de sebo seguirá absorbiendo el líquido del relleno, lo que facilitará la tarea de cortar el pudin.

Es importante que la masa de la costra se prepare y utilice lo más rápidamente posible, pues de ello depende la ligereza del pudin. Sólo así se logran retener las burbujas de aire que forma la masa en fermentación al entrar en contacto con el líquido del relleno.

En lugar del limón, puede utilizar asimismo naranja o lima. Si elige esta última opción, y puesto que las limas suelen ser más pequeñas, puede preparar cuatro pudins individuales con una lima cada uno.

Otra variación consiste en aromatizar la masa de la corteza con canela o jengibre molidos en lugar de la ralladura de limón, o bien añadir sultanas al relleno.





Islas flotantes

No hay duda de que este postre de origen francés hace honor a su nombre, ya que se compone de esponjosos soufflés de merengue almendrado que parecen flotar en un mar de crema inglesa.

Tiempo de preparación 30 minutos

Tiempo de cocción 55 minutos

Para 6 personas



55 g de almendras fileteadas

105 g de azúcar extrafino

hojas de menta fresca para decorar

ISLAS DE MERENGUE

4 claras de huevo

100 g de azúcar extrafino

CREMA INGLESA

500 ml de leche

1 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal

4 yemas de huevo

100 g de azúcar extrafino

1 Precaliente el grill del horno y tueste las almendras hasta que presenten un tono dorado. Deje enfriar y machaque ligeramente las almendras. Forre una bandeja de horno con papel encerado.

2 Prepare almíbar espeso con el azúcar extrafino y 105 ml de agua, siguiendo el procedimiento indicado en la página 62. Una vez alcanzado el punto de caramelo, incorpore las almendras removiendo y vierta esta mezcla en la bandeja forrada, con cuidado de no quemarse. Deje enfriar el crocante hasta que se solidifique.

3 Forre la base de seis flaneras individuales de 150 ml con un círculo de papel encerado. Con una espátula o un cuchillo de hoja ancha, separe el crocante de la bandeja y póngalo sobre una tabla de cortar. Con un cuchillo afilado, corte el crocante en trozos irregulares de 1 cm y cubra con ellos el fondo de las flaneras. Precaliente el horno a 140°C.

4 Para elaborar las islas de merengue, bata las claras en un cuenco limpio y seco hasta que empiecen a tomar consistencia.

Añada 1 cucharada de azúcar y siga batiendo hasta alcanzar el punto de nieve. Repita la operación hasta haber incorporado la mitad del azúcar y haber logrado un merengue muy firme, suave y satinado. Con ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico, incorpore la porción de azúcar restante.

5 Reparta el merengue por las flaneras, golpéelas suavemente contra la superficie de trabajo para eliminar la bolsa de aire y nivele la parte superior con una espátula. Cubra cada una de las flaneras con un círculo de papel encerado y ligeramente engrasado, y colóquelas en un molde de hornear o bien una fuente poco profunda. Vierta agua hirviendo en este segundo recipiente hasta que la mitad inferior de las flaneras quede sumergida. Hornee entre 15 y 20 minutos, o hasta que, al introducir un cuchillo en el centro del merengue, salga limpio.

6 Para preparar la crema inglesa, vierta la leche en un cazo de fondo pesado y caliente a fuego medio. Raspe las semillas de la vaina de vainilla y añada a la leche, junto con la vaina. Lleve lentamente a ebullición, para que la leche se impregne del sabor de la vainilla. Aparte del fuego. Mezcle las yemas de huevo y el azúcar en un cuenco y bata con una cuchara de madera hasta obtener una crema clara y espesa. Vierta la leche caliente sobre la crema y amalgámela. Vierta la mezcla resultante en un cazo limpio y caliente a fuego muy lento, removiendo constantemente, durante 5 minutos o hasta que empiece a adquirir una consistencia espesa y untuosa que recubra el dorso de la cuchara. No deje hervir, pues de lo contrario se cuajaría. Cuele la crema y deseche la vaina de vainilla.

7 Para servir, vierta la crema inglesa en seis platos o cuencos de postre. Extraiga las flaneras del molde con agua y retire el papel que las recubre. Si fuera necesario, desprenda los bordes con la ayuda de un cuchillo afilado antes de volcar las flaneras en el centro de cada plato o cuenco y decore con unas hojitas de menta. Puede servir este postre frío o templado.

Pastel de plátano y coco con crema de dulce de leche

He aquí un postre rico y exuberante: sobre una capa de cremoso dulce de leche aromatizado con vainilla, descansa una deliciosa combinación de plátano y coco. Una cucharada de yogur griego es un acompañamiento perfecto.

Tiempo de preparación 1 hora Tiempo

de cocción 1 hora y 35 minutos

Para 6 personas



DULCE DE LECHE

2 vainas de vainilla

310 g de azúcar

150 g de mantequilla cortada en dados

160 ml de nata para montar

60 g de coco rallado

4 plátanos

3 huevos enteros

1/2 cucharadita de extracto o esencia de vainilla

115 g de azúcar extrafino

135 g de harina de trigo

1/2 cucharadita de levadura en polvo

3 cucharadas de crema de coco

2 1/2 cucharadas de leche

20 g de mantequilla derretida

1 Unte con mantequilla derretida un molde de repostería cuadrado o redondo de 20 cm, de diámetro o de lado, no desmontable. Doble un trozo de papel encerado en sentido longitudinal y forre las paredes del molde, con el extremo doblado hacia abajo. Recorte los bordes del papel, de tal forma que sobresalga 4 cm por encima del molde y los extremos se solapen 2 cm. Practique pequeños cortes con las tijeras a lo largo del borde doblado y coloque el aro de papel en el interior del molde, con el borde desflecado hacia abajo. Corte dos discos de papel encerado para la base del molde, colóquelos en su sitio y úntelos con mantequilla derretida.

2 Para elaborar el dulce de leche, prepare un caramelo con las semillas de las vainas de vainilla, el azúcar y 150 ml de

agua, según el procedimiento indicado en la pág. 62. Una vez que se haya detenido la cocción del caramelo, añada la mantequilla y ponga de nuevo a calentar, removiendo suavemente para amalgamar los ingredientes. Aparte del fuego, incorpore la nata y ponga de nuevo a cocer, esta vez hasta que rompa a hervir. Vierta un cuarto de la crema resultante en el molde y póngala a enfriar. Reserve la porción sobrante. Espolvoree un tercio del coco rallado sobre el dulce de leche del molde.

3 Pele los plátanos y reserve uno. Corte los demás en rodajas de 5 mm de grosor. Machaque el plátano sobrante y reserve de nuevo. Disponga las rodajas de plátano, ligeramente solapadas, sobre la capa de dulce de leche recubierta de coco rallado. Precaliente el horno a 160°C.

4 Llene un cazo con agua hasta la mitad de su capacidad, llévela a ebullición y retire del fuego. Elija un cuenco resistente al calor y lo bastante ancho como para asentar sobre el cazo sin llegar a tocar el agua. Vierta en este cuenco los huevos, la vainilla y el azúcar, y colóquelo sobre el cazo de agua hirviendo. Bata la mezcla hasta obtener una masa cremosa y espesa en la que el movimiento de la varilla forme estelas. Retire el cuenco del cazo y siga batiendo hasta que se enfríe. Añada la harina y la levadura en polvo tamizadas e integre suavemente todos los ingredientes valiéndose de un cucharón de metal o una espátula de plástico.

5 En un cuenco grande, mezcle la porción restante de coco rallado, el plátano triturado, la crema de coco y la mantequilla derretida, e incorpórelos suavemente a la masa anterior. Vierta en el molde y hornee durante 1 hora y 15 minutos. Para saber si el pastel está hecho, pínchelo con una brocheta. Si sale limpia, significa que está listo.

6 Desmolde el pastel enseguida, volcándolo sobre una fuente de servir. Por último, caliente el dulce de leche sobrante y sírvalo para acompañar el pastel, junto con un poco de yogur griego.





Bizcocho borracho

En su país de origen, Austria, este postre recibe el nombre de "Besoffener Capuziner", que es tanto como decir "fraile achispado". En esta versión, el ron es un elemento que aporta gran sabor, ¡pero no como para llegar a emborrachar!

Tiempo de preparación 45 minutos + 30 minutos en maceración + 30 minutos en infusión + 4 horas en reposo

Tiempo de cocción 40 minutos

Para 6 personas



BIZCOCHO

55 g de uvas pasas

2 cucharadas de ron

4 huevos con las claras y las yemas separadas

90 g de azúcar extrafino

la ralladura fina de 1 naranja

100 g de pan rallado tamizado

55 g de almendra molida

2 cucharadas de leche

2 cucharaditas de cacao en polvo

ALMÍBAR AL RON

150 ml de agua

250 g de azúcar

1 vaina de vainilla

1 1/2 cucharaditas de extracto de café, o bien 2 cucharaditas de café soluble disueltas en 1 cucharadita de agua caliente

1 1/2 cucharadas de ron

la corteza de 1 1/2 naranjas

2 ramitas de canela

3 clavos de olor

1 En un cuenco pequeño, ponga las pasas a macerar en el ron durante 30 minutos. Precaliente el horno a 180°C. Mientras tanto, unte con mantequilla derretida un molde de corona de 1 l de capacidad, póngalo a helar en el congelador y repita la operación.

2 Con la batidora eléctrica, bata las yemas de huevo en un cuenco grande con la mitad del azúcar y la corteza de naranja

hasta obtener una crema clara y esponjosa. Lave las varillas de la batidora, séquelas bien y bata las claras de huevo a punto de nieve en otro cuenco. Añada el azúcar restante en tres adiciones, batiendo bien cada vez, hasta formar crestas firmes y satinadas. Con un cucharón de metal o una espátula de plástico, integre un tercio del merengue en la masa de las yemas. Luego, agregue la mitad del pan rallado, de las almendras y de la leche. Repita la operación y añada el merengue sobrante. Reserve en un cuenco aparte un tercio de la masa resultante, tamice el cacao en polvo sobre esta última porción y amalgámelo suavemente.

3 Escorra las pasas y reserve el ron. Cubra el fondo del molde con la mitad de las pasas y esparza las restantes en la masa blanca, con dos o tres golpes de cuchara. Vierta en el molde capas alternadas de masa blanca y de chocolate, trazando movimientos en espiral con el mango de la cuchara o espátula para lograr un bonito efecto marmolado. Termine con una capa de masa blanca. Hornee entre 30 y 35 minutos, o hasta que el bizcocho presente un tono dorado y, al insertar una brocheta en el centro del mismo, ésta salga limpia.

4 Para elaborar el almíbar, vierta todos los ingredientes en un cazo y añada el ron que haya sobrado al macerar las pasas. Lleve a ebullición a fuego lento, retire del fuego y deje reposar 30 minutos para que se mezclen bien los aromas.

5 Valiéndose de una espátula, desprenda el bizcocho de las paredes del molde y vuelquélo sobre una fuente o una rejilla. Una vez se haya enfriado, vuelva a colocar el bizcocho en el interior del molde limpio. Cuele tres tercios del almíbar sobre el bizcocho y deje enfriar. Recubra con film transparente y deje reposar a temperatura ambiente durante 4 horas.

6 Desmolde el bizcocho y sirva con el almíbar restante. Si así lo desea, puede rellenar el centro del bizcocho con chantillí, o sencillamente acompañarlo con un poco de nata montada.

Nota del chef Una alternativa al ron es el licor Tia Maria.

Soufflé de chocolate a la crema de menta

Un delicioso soufflé de chocolate, acompañado de una suave salsa de huevo, azúcar y crema de menta, tal vez una de las combinaciones gastronómicas más sublimes: el sabayón.

Tiempo de preparación 25 min. + 10 min. para enfriar

Tiempo de cocción 1 hora Para 4-6 personas



60 g de chocolate negro de buena calidad, a ser posible amargo, troceado

125 ml de leche

2 cucharadas de cacao en polvo

2 cucharadas de harina de trigo tamizada

30 g de azúcar extrafino

1/4 cucharadita de extracto o esencia de vainilla

3 yemas de huevo

4 claras de huevo

cacao en polvo para decorar

virutas de chocolate para decorar (opcional)

CREMA DE MENTA

1 huevo entero

3 yemas de huevo

2 1/2 cucharadas de azúcar extrafino

1 1/2 cucharadas de crema blanca de menta

1 Unte un molde redondo y profundo de 1,5 l de capacidad con mantequilla derretida, espolvoree con azúcar extrafino y, a continuación, vuelquelo y golpee suavemente la base para eliminar el exceso de azúcar. Llene de agua hasta la mitad la olla que habrá de colocar bajo la vaporera y lleve a ebullición a fuego lento.

2 Ponga el chocolate troceado en un cuenco y vierta la leche en un cazo pequeño. Llévela a ebullición, viértala sobre el chocolate y remueva con una cuchara de madera hasta que el chocolate se haya disuelto. Pase de nuevo al cazo con el cacao en polvo y, en cuanto rompa a hervir, baje el fuego, añada la harina y bata rápidamente con una cuchara de madera durante 2 minutos, o hasta obtener una crema suave y fluida. Retire del fuego, incorpore el azúcar y la vainilla, y

deje enfriar durante cerca de 10 minutos, o hasta que esté tibio. Añada las yemas de huevo una a una, batiendo bien después de cada adición.

3 Vierta las claras de huevo en un cuenco limpio y seco, y móntelas a punto de nieve con la ayuda de la varilla o la batidora eléctrica. Valiéndose de un cucharón de metal o una espátula de plástico, incorpore con movimientos suaves y rápidos una cucharada de claras montadas a la masa de chocolate, con el fin de aligerarla. A continuación amalgame suavemente la porción restante de claras montadas.

4 Vierta la mezcla de inmediato en el molde preparado y cubra con film transparente. Coloque el molde en la vaporera, que deberá asentar a su vez sobre la olla con agua hirviendo. Baje el fuego, tape la vaporera sin llegar a cubrirla del todo o bien cúbrala con un trozo de papel de aluminio agujereado. Deje hervir a fuego lento entre 40 y 45 minutos, o hasta que el soufflé haya crecido bastante y se presente firme al tacto. Retire el molde de la vaporera y reserve mientras prepara la crema de menta.

5 Para la crema de menta, vierta todos los ingredientes en un cuenco resistente al calor que asiente bien sobre la olla de la vaporera. Bata ligeramente todos los ingredientes, coloque el cuenco sobre la vaporera y siga batiendo hasta que la mezcla se vuelva ligera y espumosa, o hasta que, al levantar la varilla, se forme una estela cremosa.

6 Para servir, retire el film transparente que envuelve el soufflé y vuelquelo sobre una fuente. Espolvoree con cacao en polvo y decore con las virutas de chocolate. Sirva el soufflé de inmediato, acompañado de la crema de menta.

Nota del chef Si lo deja reposar durante 5 minutos, le resultará fácil desmoldar el soufflé. No lo deje sobre la vaporera, pues el calor residual haría que se pasara del punto óptimo de cocción.

No prepare la crema de menta con antelación ya que, si transcurre demasiado tiempo, es posible que se desligue y se vuelva líquida en la parte del fondo.







Mousse de Eton

Esta receta de fácil preparación, bautizada en honor al colegio homónimo, es perfecta para aprovechar la abundancia de fresas en verano, la fruta demasiado madura o un merengue fallido.

Tiempo de preparación 25 min. + 4 horas en maceración

Tiempo de cocción ninguno

Para 4 personas



600 g de fresas sin hojas ni pedúnculos
4 cucharadas de licor Grand Marnier
1 vaina de vainilla partida en sentido longitudinal
45 g de azúcar extrafino
30 g de merengue recién hecho
400 ml de nata para montar

1 Reserve cuatro fresas hermosas para decorar. Vierta las restantes en un cuenco grande y tritúrelas ligeramente con un tenedor. Añada el licor, la vaina de vainilla y el azúcar. Cubra con film transparente y ponga a macerar en el frigorífico durante 4 horas, como mínimo. Retire y deseche la vaina de vainilla, y vierta un tercio de las fresas en cuatro copas de vino. Desmenuce el merengue en trozos irregulares de cerca de 1,5 cm.

2 Vierta la nata en un cuenco y, valiéndose de la varilla o de la batidora eléctrica, monte la nata hasta que adquiera una consistencia media, que le permita deslizarse al inclinar el cuenco.

3 Añada la nata montada a la porción reservada de fresas y, con la ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico, amalgámelo hasta que se formen vetas, sin llegar a mezclarlo del todo. Agregue dos tercios del merengue desmenuzado y acabe de mezclar todos los ingredientes con movimientos suaves.

4 Vierta la mousse en el interior de las copas, sobre las fresas trituradas. Desmenuce un poco más el merengue restante y utilícelo para espolvorear la mousse. Decore cada copa con una fresa entera.

Charlota de ciruelas

Esta receta es una deliciosa variación de la clásica charlota de manzana. Para que el éxito esté asegurado y la presentación sea inmejorable, es necesario montar correctamente la charlota.

Tiempo de preparación 35 min. + 1 h para enfriar
Tiempo de cocción 55 minutos
Para 6 personas



17 rebanadas de pan de molde sin corteza

250 g de mantequilla

105 g de pan rallado

90 g de azúcar moreno

1 kg de ciruelas rojas, frescas o en conserva, deshuesadas y cortadas en trozos de 1,5 cm

corteza de limón, al gusto

1 pizca de canela molida

75 g de mermelada de albaricoque

1 Unte con un poco de mantequilla un molde de charlota de 2 l de capacidad. Corte seis rebanadas de pan de molde por la mitad para formar doce rectángulos, y haga lo propio con otras siete rebanadas, pero esta vez en diagonal, para formar catorce triángulos. Reserve las cuatro rebanadas restantes.

2 Coloque el molde vuelto hacia abajo y disponga los triángulos de pan sobre la base exterior, solapando los bordes para cubrirla por completo. Sujete los triángulos y, usando el con torno del molde como guía, recorte el exceso de pan con unas tijeras, para que los triángulos encajen a la perfección en el interior del molde. Reserve los recortes.

3 Derrita 200 g de mantequilla en un cazo. Moje uno de los lados de los triángulos en la mantequilla y dispóngalos en el fondo del molde, con la mantequilla hacia abajo. Repita la operación con los rectángulos de pan y colóquelos a los lados del molde, con la mantequilla hacia fuera, solapando los bordes hasta que el molde quede completamente forrado y no se vea ningún hueco. Remoje las rebanadas de pan enteras en la mantequilla y reserve de nuevo.

4 Para preparar el relleno, derrita la mitad de la mantequilla restante en un cazo grande, añada el pan rallado y lleve al

fuego, removiendo hasta que adquiera un tono dorado. Ponga a escurrir sobre papel absorbente. En otro cazo, caliente suavemente la mantequilla restante y el azúcar moreno. Remueva bien hasta que el azúcar se disuelva, y luego prolongue la cocción sin remover hasta que adquiera un tono acaramelado. Añada las ciruelas y deje cocer a fuego lento, removiendo con frecuencia, hasta que la fruta empiece a reblandecerse (si utiliza ciruelas en conserva, bastará con calentarlas un poco). Retire del fuego, añada la corteza de limón, la canela y el pan rallado, y remueva suavemente para ligar todos los ingredientes.

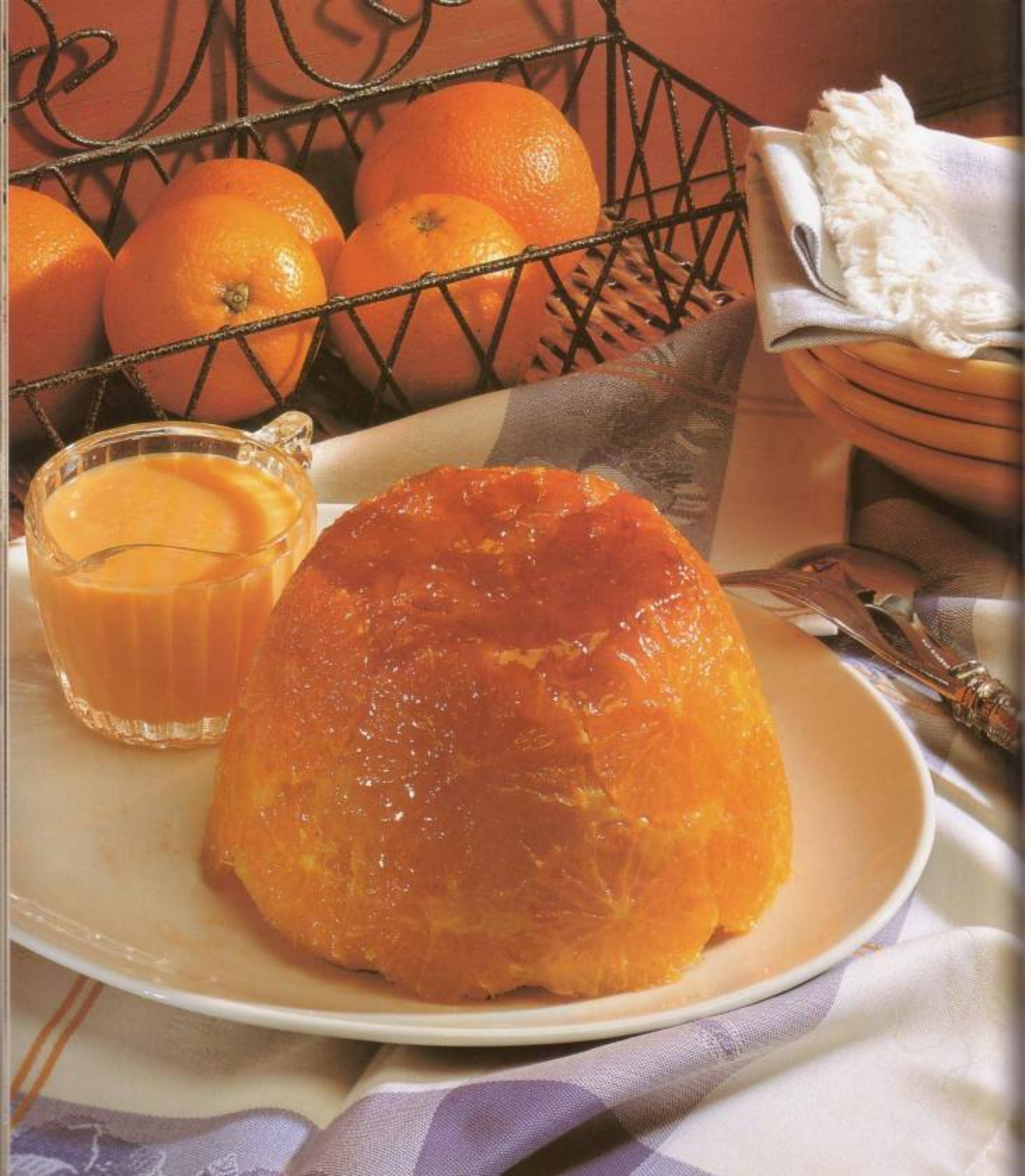
5 Precaliente el horno a 190°C. Vierta el relleno en el molde hasta la mitad de su capacidad. Cubra con la mitad de las rebanadas de pan reservadas, presione suavemente para nivelarlas y añada entonces el relleno sobrante. Si el relleno no quedara nivelado con el borde del molde, recorte las rebanadas de pan con un cuchillo pequeño o unas tijeras. Cubra con las rebanadas de pan restantes, colocando la cara untada de mantequilla hacia arriba y procurando no dejar ningún hueco. Presione suavemente y cubra con papel de aluminio.

6 Coloque la charlota en una bandeja de horno y cueza durante cerca de 40 minutos, o hasta que se presente dorada y consistente. Deje reposar durante 1 hora para que se enfríe por completo, antes de desmoldar la charlota, volcándola sobre una fuente de servir.

7 En un cazo pequeño, caliente la mermelada de albaricoque con 1 1/2 cucharadas de agua, aproximadamente. Cuando la mermelada se haya disuelto y empiece a hervir, cuélela en un cuenco pequeño y utilícela mientras sigue caliente para pintar la charlota.

Nota del chef Algunas variedades de ciruela tienen la piel más gruesa que otras. Si desea pelar las ciruelas, sumérgalas en agua hirviendo entre 10 y 20 segundos y luego páselas por agua fría antes de quitarles la piel.





Pudin de naranja al vapor

Reconfortante, ligero y rebosante de sabor, este pudin de naranja tiene la virtud de iluminar un gris día de invierno como si de un rayo de sol se tratara. Se sirve con crema de naranja o de vainilla.

Tiempo de preparación 30 minutos

Tiempo de cocción 1 hora y 45 minutos

Para 6 personas



100 g de jalea de naranja, cortada en láminas finas
2 naranjas grandes despojadas de la piel y del tegumento blanco
125 g de mantequilla a temperatura ambiente
125 g de azúcar extrafino
la ralladura fina de 1 naranja
2 huevos grandes batidos
185 g de harina de fuerza
leche para mezclar

CREMA DE NARANJA

320 ml de zumo de naranja

2 yemas de huevo

1/2 cucharadita de harina de maíz

45 g de azúcar extrafino

1 cucharadita de licor Grand Marnier o Cointreau

- 1 Prepare una flanera de 1,25 l de capacidad para la cocción al baño María (vea Técnicas del chef, en la pág. 62).
- 2 Valiéndose de una cuchara, extienda la jalea de naranja en el fondo de la flanera. Corte las naranjas en rodajas finas y utilícelas para forrar la flanera desde la base hasta los bordes.
- 3 En un cuenco, bata la mantequilla con la ayuda de una cuchara de madera o de la batidora eléctrica para reblandecerla. Añada poco a poco el azúcar y siga batiendo hasta obtener una crema suave y ligera. Incorpore la ralladura de naranja. Añada los huevos batidos poco a poco, batiendo

bien después de cada adición. Agregue la harina tamizada y mézclela con la masa con movimientos rápidos y envolventes, utilizando para ello un cucharón de metal o una espátula de plástico. Hacia el final de la operación anterior, añada un poco de leche para lograr una consistencia cremosa. La masa debería desprenderse de la cuchara con un golpe de muñeca.

4 Vierta la masa de inmediato en la flanera, tápela y ponga a cocer (según el procedimiento indicado en la pág. 62) durante 1 hora y media. Si fuera necesario, prolongue la cocción un cuarto de hora más. Para saber si la masa está hecha, pinche el pudin con una brocheta. Si sale limpia, significa que está listo.

5 Retire el cordel, el papel de aluminio y el papel encerado, y vuelque el pudin sobre una fuente de servir (si no va a servirlo hasta más adelante, vuelva a colocarlo en el molde para que no se reseque).

6 Para elaborar la crema de naranja, ponga el zumo a hervir en un cazo pequeño. En un cuenco, bata las yemas de huevo, la harina de maíz y el azúcar hasta obtener una crema espesa y ligera. Vierta el zumo de naranja caliente en el cuenco, amalgame todos los ingredientes y ponga la crema en el cazo. Deje cocer a fuego medio, removiendo constantemente con una cuchara de madera, hasta que la crema cubra el dorso de la cuchara y, al pasar el dedo por ella, forme un surco que no se cierra.

7 Aparte del fuego, cuele la crema en un cuenco e incorpore el licor elegido. Si no va a utilizar la crema enseguida, espolvoree ligeramente la superficie con azúcar extrafino para evitar que se forme una película, y remueva antes de servir. Sirva la crema templada o fría, como acompañamiento del pudin.



Sorpresa de limón

Este aromático postre se convierte durante la cocción en un ligero soufflé que oculta bajo la superficie una deliciosa crema de limón ligeramente ácida.

Tiempo de preparación 25 minutos

Tiempo de cocción 40 minutos

Para 4 personas



60 g de mantequilla a temperatura ambiente

95 g de azúcar extra fino

la ralladura fina de 1 limón

2 huevos grandes con las claras y las yemas separadas

2 cucharadas de harina de trigo

3 cucharadas de zumo de limón

250 ml de leche

azúcar glas para decorar

1 Precaliente el horno a 180°C. Unte con mantequilla una fuente refractaria de 20,5 x 15 x 4,5 cm.

2 Valiéndose de una cuchara de madera o una batidora eléctrica, bata la mantequilla hasta reblandecerla, y luego incorpore el azúcar en pequeñas adiciones. Siga batiendo hasta obtener una crema suave y clara, e incorpore entonces la ralladura de limón y las yemas de huevo. Mezcle la harina con movimientos envolventes y, por último, añada el zumo de limón.

3 Caliente la leche en un cazo pequeño. Cuando esté tibia, apártela del fuego e incorpórela a la crema de limón.

4 Vierta las claras de huevo en un cuenco grande limpio y seco, añada una pizca de sal y bata las claras con la varilla o la batidora eléctrica hasta que empiecen a ganar consistencia. Con ayuda de una espátula de plástico o un cucharón metálico, incorpore 1 cucharada de clara de huevo a la crema de limón para aligerarla y, a continuación, agregue las claras restantes, trabajando con movimientos suaves y envolventes para evitar que pierdan volumen.

5 Vierta la preparación anterior en la fuente elegida e introdúzcala en una bandeja o fuente de horno poco profunda. Vierta la cantidad de agua suficiente para que la fuente quede medio sumergida y hornee entre 30 y 35 minutos, o hasta que superficie se presente dorada y firme al tacto suave de un dedo. Este postre se sirve caliente o frío. Si elige la segunda opción, espolvoree la superficie con un poco de azúcar glas antes de servir.

Nota del chef Cuando el zumo de limón se mezcla con la mantequilla, es posible que ésta se cuaje. Sin embargo, al añadir la leche, debería recuperar su suavidad inicial (para ello, asegúrese de que la leche está en su punto, pues si se encuentra demasiado caliente, la harina y las yemas se cocherán antes de tiempo y la masa presentará un aspecto apelmazado).







Arroz con leche al estilo inglés

Esta clásica receta es muy sencilla de preparar y se cuece en el horno a fuego lento, para que el arroz absorba todo el líquido. El resultado es un postre deliciosamente suave y cremoso.

Tiempo de preparación 5 min. + 30 min. en reposo

Tiempo de cocción 2 horas Para 4 personas



750 ml de leche

20 g de azúcar extra fino

2-3 gotas de extracto o esencia de vainilla

75 g de arroz de grano corto

mantequilla para la superficie

nuez moscada recién rallada, al gusto

1 Mezcle la leche, el azúcar, la vainilla y el arroz en una fuente refractaria de 1 l de capacidad y deje reposar durante 30 minutos. Precaliente el horno a 180°C.

2 Reparta nueces de mantequilla sobre la preparación anterior, espolvoree con un poco de nuez moscada y cubra con papel de aluminio. Introduzca la fuente en el horno, a media

altura, y hornee durante 1 hora, removiendo una o dos veces con un tenedor.

3 Retire el papel de aluminio y baje la temperatura del horno a 150°C. Si desea servir el postre frío, prolongue la cocción otros 45 minutos, deje enfriar y refrigere hasta el momento de servir. Si desea servirlo caliente, hornee durante 1 hora o hasta que el arroz adquiera una textura suave y cremosa bajo una capa de color tostado. Sirva recién sacado del horno, acompañado de una cucharadita de mermelada de fresa, o frío, con bayas rojas o ciruelas rojas en almíbar.

Nota del chef Si el arroz con leche ha quedado demasiado seco, puede mejorar su consistencia vertiendo un poco de leche fría bajo la película que lo recubre en el momento antes de servir.

Para variar de sabor, sustituya la vainilla por canela y nuez moscada. También puede añadir al arroz algunas sultanas o cortezas de fruta confitadas.



Soufflés de chocolate sorpresa

La "sorpresa" de estos sencillos pero irresistibles soufflés individuales es su corazón de chocolate caliente derretido, que fluye hacia fuera en cuanto se rompe la crujiente corteza externa.

Tiempo de preparación 35 min. + 5 min. para enfriar
Tiempo de cocción 20 minutos Para 6 personas



120 g de chocolate negro amargo picado
120 g de mantequilla a temperatura ambiente
2 huevos enteros
2 yemas de huevo
90 g de azúcar extrafino
2 cucharaditas de cacao en polvo
60 g de harina de trigo
3/4 cucharadita de levadura en polvo
cacao en polvo para decorar

1 Unte bien seis flaneras individuales de 150 ml de capacidad con mantequilla derretida, espolvoree con azúcar extrafino y, a continuación, vuelque las flaneras y golpéelas suavemente para eliminar el exceso de azúcar. Precaliente el horno a 180°C.

2 Ponga al fuego un cazo mediado de agua y apártelo en cuanto rompa a hervir. Prepare un cuenco resistente al calor que se asiente sobre el cazo sin tocar el agua. Mezcle el chocolate y la mantequilla en el cuenco y colóquelo sobre el cazo

con agua hirviendo. Deje que el vapor derrita el chocolate y, luego, remueva con una cuchara de madera para mezclar ambos ingredientes hasta lograr una crema suave y satinada. Retire el cuenco del cazo de agua hirviendo y deje enfriar durante 5 minutos.

3 En otro cuenco, mezcle los huevos enteros, las yemas y el azúcar, y bata todos los ingredientes hasta obtener una crema clara y espesa. Incorpore la crema resultante a la de chocolate con un cucharón de metal, sin acabar de mezclarlas.

4 Tamice el cacao en polvo, la harina y la levadura sobre la preparación anterior y, con la ayuda de un cucharón de metal o una espátula de plástico, amalgame suavemente todos los ingredientes hasta lograr una masa homogénea. Viértala en las flaneras y hornee entre 15 y 18 minutos.

5 Una vez que los saque del horno, deje reposar los soufflés durante un par de minutos antes de desmoldarlos y espolvorearlos con cacao en polvo. Sírvalos de inmediato, acompañados de frambuesas y nata montada.

Nota del chef Para que el corazón de los soufflés quede líquido, es necesario respetar escrupulosamente los tiempos de cocción. Puesto que todos los hornos varían ligeramente en lo tocante a la temperatura, es aconsejable hacer una prueba antes de preparar este postre para una ocasión especial.



Técnicas del chef

Cocción al baño María

Asegúrese de que el molde elegido cabe en la olla una vez tapada.



Unte el molde elegido con mantequilla derretida. Cubra el fondo del molde con un disco de papel encerado.



Extienda un trozo de papel de aluminio sobre la superficie de trabajo y cúbrala con un trozo idéntico de papel encerado. Forme un pliegue grande en el centro y engrase el papel con un poco de mantequilla derretida.



Pase la masa al molde y forme un hueco en la superficie con una cuchara. Cubra la parte superior con la doble capa de papeles. Ate un cordel alrededor del molde y forme un asa en el centro.



Ponga dentro de una olla el plato sobre el cual descansará el molde. Vierta agua suficiente para sumergir el molde hasta la mitad y lleve a ebullición. Tape y cueza a fuego lento hasta que finalice la cocción.

Cómo hacer caramelo

Si utiliza el agua para disolver el azúcar, controlará mejor el punto de cocción.



Mezcle el azúcar extrafino y el agua en un cazo de fondo pesado. Llene un cazo poco profundo con agua fría y colóquelo cerca del fuego.



Caliente a fuego lento, removiendo, para disolver el azúcar. Para evitar que se formen cristales de azúcar, bañe las paredes del cazo con una brocha mojada en agua.



Lleve a ebullición y deje cocer a fuego lento hasta que el caramelo adquiera un tono dorado. Agite el cazo para obtener un caramelo de color homogéneo.



Detenga la cocción sumergiendo el fondo del cazo en agua fría durante unos segundos.

Cómo preparar crepés

Una sartén especial para crepés facilita mucho las cosas, sobre todo si la emplea sólo para este fin.



En una sartén antiadherente de fondo pesado, derrita un poco de mantequilla clarificada o aceite vegetal a fuego medio. Cuando empiece a humear, elimine el exceso de mantequilla o aceite.



Remueva bien la masa de las crepés y viértala en la sartén con un cazo o jarra, empezando por el centro y agitando la sartén para que se extienda en una película fina. Elimine el exceso de masa.



Deje al fuego durante 1 minuto hasta que la masa cuaje y los bordes se doren. Con una espátula, desprenda los bordes de la crepé y déle la vuelta. Deje cocer durante 30 segundos y retire de la sartén.

Cómo rallar el sebo

Si no encuentra sebo listo para usar, prepárelo en casa rallando sebo fresco.



El sebo se puede rallar a mano o en el robot de cocina.

Babas al ron

Las manos son más útiles que cualquier utensilio para preparar la masa de este bizcocho borracho.



Con los dedos de una mano ligeramente separados, trabaje los ingredientes hasta obtener una masa ligera y elástica. Amase durante 5 minutos, o hasta lograr una textura suave.



Añada las pasas y el ron, y trabaje la masa con las manos para amalgamar todos los ingredientes. Separe la masa de las paredes del cuenco y vierta mantequilla derretida sobre la masa.



Tape y deje reposar durante cerca de 30 minutos, o hasta que la masa adquiera el doble de su volumen inicial. Trabaje de nuevo la masa para incorporar la mantequilla.



Vierta la masa en una manga pastelera con una boquilla lisa de 2 cm y llene las flaneras. Cubra con un paño húmedo y deje reposar hasta que la masa alcance el borde de las flaneras.

Editado por Murdoch Books® de Murdoch Magazines Pty Limited, 45 Jones Street, Ultimo NSW 2007.

©Diseño y fotografía de Murdoch Books® 1999

©Texto de Le Cordon Bleu 1999

Editora gerente: Kay Halsey

Idea, diseño y dirección artística de la serie: Juliet Cohen

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida de ninguna forma ni por ningún medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, grabación o cualquier otro, sin la previa autorización escrita por parte de la editorial. Murdoch Books® es una marca comercial de Murdoch Magazines Pty Ltd.

Murdoch Books y Le Cordon Bleu quieren expresar su agradecimiento a los 32 chefs expertos de todas las escuelas Le Cordon Bleu, cuyos conocimientos y experiencia han hecho posible la realización de este libro, y muy especialmente a los chefs Terrien, Boucheret, Duchêne (Meilleur Ouvrier de France), Guillut, Pinaud, de Paris; Males, Walsh, Power, Neveu, Paton, Poole-Gleed, Wavrin, de Londres; Chantefort, Nicaud, Lambert, Honda, de Tokio; Salambien, Boutin, Harris, de Sydney; Lawes, de Adelaida; Guet, Denis, Petibon, Jean Michel Poncet, de Ottawa.

Nuestra gratitud a todos los estudiantes que colaboraron con los chefs en la elaboración de las recetas, y en especial a los graduados Hollace Hamilton y Alice Buckley.

La editorial también quiere expresar el reconocimiento más sincero a la labor de Helen Barnard, Alison Oakervee y Deepika Sukhwani, responsables de la coordinación del equipo Le Cordon Bleu a lo largo de esta serie, bajo la presidencia de André Cointreau.

Título original: *Puddings*

© 2000 de la edición española:

Könemann Verlagsgesellschaft mbH,

Bonner Straße 126, D-50968 Köln

Traducción del inglés: Rita da Costa para LocTeam, S.L., Barcelona

Redacción y maquetación: LocTeam, S.L., Barcelona

Impresión y encuadernación: Leefung-Asco Printers Ltd.

Printed in China

ISBN 3-8290-4115-2

10 9 8 7 6 5 4 3 2

La editorial y Le Cordon Bleu agradecen la colaboración de Hale Enterprises Pty Ltd., Hale Imports Pty Ltd. en esta serie así como la de Villeroy & Boch y Wedgwood en la fotografía.

Portada: Pudín de grosellas negras (fondo), Ensopado de melaza a la canela (centro) y Pudín de jengibre con compota de naranjitas chinas y jengibre

INFORMACIÓN IMPORTANTE

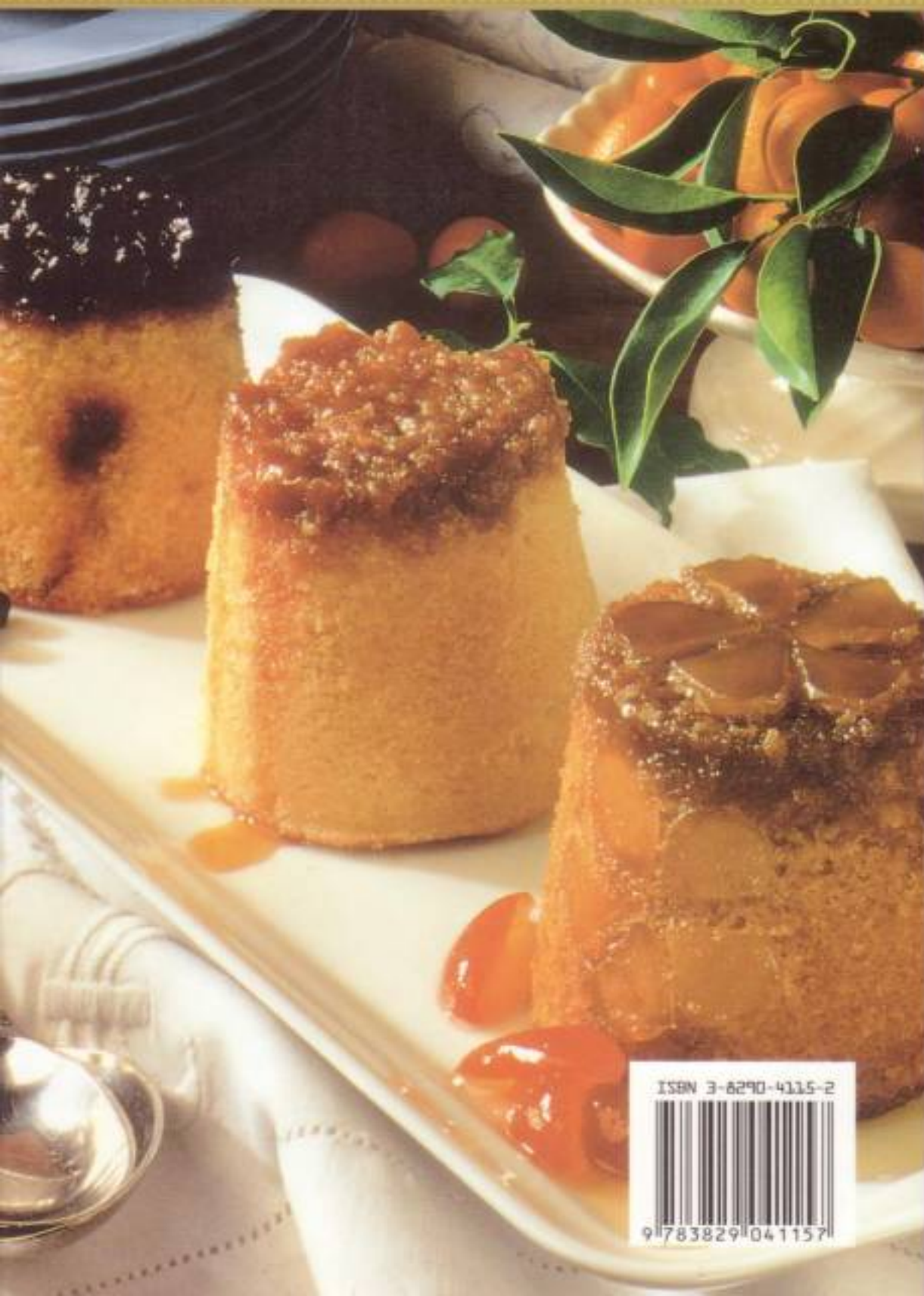
GUÍA DE CONVERSIONES

1 taza = 250 ml

1 cucharada = 20 ml (4 cucharaditas)

NOTA: Hemos utilizado cucharas de 20 ml. Si utiliza cucharas de 15 ml, las diferencias en las recetas serán prácticamente inapreciables. En aquellas en las que se utilice levadura en polvo, gelatina, bicarbonato de sosa y harina, añada una cucharadita más por cada cucharada indicada.

IMPORTANTE: Aquellas personas para las que los efectos de una intoxicación por salmonela supondrían un riesgo serio (personas mayores, mujeres embarazadas, niños y pacientes con enfermedades de inmunodeficiencia) deberían consultar con su médico los riesgos derivados de ingerir huevos crudos.



ISBN 3-8290-4115-2



9 783829 041157



En el catálogo de la editorial Könnemann Verlagsgesellschaft mbH encontrará más de 1.000 títulos del programa internacional. De venta en todas las librerías.

568 pág., aprox. 1.500
tapas duras, encuadernación
en tela, sobrecubierta;
26,8 x 31,2 cm;
en 6 idiomas; 2.000 pías